



もっと地域に開かれた保育を願って

# おひさま

ひまわり広報誌 243号 2022年6月号

ひまわり保育園

こどものこと何でも相談

Tel 04-2942-8774

月～金 10時～4時

メール ohisama@himawari-hoikuen.com

URL http://www.himawari-hoikuen.com/

所沢市中新井 435 Tel 04-2942-8774

ひまわり保育園

ディサービスセンターひまわり  
中新井自治会館くりの木公園 ● とめの里

「ニュータウン西」バス停  
バス通り  
「ニュータウン中央」バス停



## 子どもがイヤッ!と言ったとき



アジサイが綺麗に色づき始める季節となりました。雲の間から時折顔を見せる日差しが、初夏の訪れを感じさせてくれます。又この時期は、気温や湿度が急に上昇し、汗ばむ時期でもありますね。水分を小まめにとりながら過ごしましょう。保育園では、外に出る前にまず水分補給。遊んでいる最中も、夢中になると喉の渇きを忘れがちですが、20～30分に一度、少しずつ水分を摂っています。

新年度になり、あっという間に春が過ぎ、大きくなっていく子ども達。成長はとっても嬉しいけれど、自己主張も強くなって…せっかく外に遊びに行こうと思ったのに靴を履きたがらないでイヤッ!自転車やベビーカーには乗りたくなくてイヤッ!では手を繋いで歩こうか…手を繋ぐのはイヤッ!自分で好きなように歩きたい!ようやく公園について遊んだら、今度は帰るのがイヤッ!!今までは離乳食をよく食べていたのに、ぷいっと顔を横にして食べない…お子さんの「イヤ」に困っているというお母さんお父さんの声も多く聞かれます。ついつい、「イヤじゃないでしょ!」なんて言ってしまう事も。でも、自分の気持ちに正直に「イヤ」と言えることは、悪い事ではありません。むしろ、とても大切な事ですし、順調に成長している証拠でもあります。大人の私たちは、社会の中でなかなかはっきりと「嫌です」と言えない事もあると思います。思い切り何度も何度も「イヤッ!」と言えるのは、子どもの時代だけかも知れません。この時代に様々な事を感じ、気持ちを表現し、それを受け止めてもらえることで安心して成長していく事ができます。そうして大きくなり、例えば、思春期になって友だちから良くない行為に誘われても自分が嫌だったら「イヤ」と言え、断れることは自分を守る事に繋がります。又社会人になり、いざという時にしっかりと「イヤ」を伝え、対策を考えたり、間違いから抜け出せることは、生きていく力にも繋がります。

安心した関係があり、受け止めてくれるお母さんやお父さんがいるから、子どもは思い切り「イヤ」を表現できるのです。お子さんが「イヤッ」といったらまずは“順調に成長しているな”“安心して気持ちを出しているんだな”と、思って、向き合ってみて下さい。お子さんと向き合うための4つのステップをお伝えします。

### ステップ1

～まずは我が子の気持ちを受け止める～

お子さんの気持ちへの共感です。共感できない事でも「そっか、イヤだったんだね」「そっか、おもちゃ貸したくないのね」「帰りたくないんだね」という風にオウム返しして承認するだけでOKです。



出典:かんき出版  
『感情的にならない子育て』



### ステップ2

～相手の気持ちや、お母さんお父さんの気持ちを伝える～

客観的な情報を伝え、お子さんの視野を広げます。「気持ちは分かったよ」と共感した後で、「でも(パパは、ママは)こんな気持ちだよ」と伝えます。

例えば「くつをはくのはイヤ!」

「そっか、嫌なんだね。でも〇〇ちゃんの足、ケガしちゃったらママ悲しいな。靴、履いて欲しいな。」

「まだあそびたい!かえるのイヤ!」

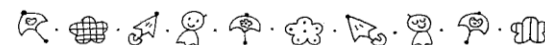
「そうだね。楽しかったもんね。たくさん遊んでお腹も空いたからお家でご飯にしようね。」などなど…受け止めた後に大人の思いも伝えましょう。

少し大きくなったら…

### ステップ3

～方法を考える、アドバイスする～

お子さんに「じゃあどうしたらいいかな?」と問いかけてみましょう。考えが出てこない場合は選択肢を示します。こういう方法はどうか?こういう方法もあるかもね」と話してみましょう。



余裕がある時はこの4つのステップを意識してみましょう。すぐには上手くいかない事もあるでしょう。でも、向き合っていく事自体がお子さんにとっても親子にとってもとても良い経験になります。生きていく上では、勉強や友だちとの関係、仕事、人間関係など様々な問題にぶつかりますが、それらをひとつずつ解決していく為の経験値になっていく事と思います。又、ストレスが溜まるとイヤ!もヒートアップしていきます。1日1回、外へ出てみましょう。公園やお散歩、スーパーへ行く道中に、草花を見て、鳥のさえずりを聴き、風を感じてみましょう。自然の中で過ごす、日常の緊張から解きほぐされ、ストレス解消に繋がります。曇りの日や雨の日のお散歩もお勧めです。できる範囲でお試し下さい。困った事、分からない事ありましたらいつでもご相談ください。

## ♪6月のあそぼう会♪

富士見公園の原っぱにて開催します。初夏の自然を親子で感じてみましょう。シートの上で親子の触れ合い遊びやわらべうたを歌ったり、♪うえからしたからおおかせこい♪と歌いながら大きな布で遊んだり、楽しく過ごしましょう。お母さん同士のお話もたくさんできたら良いと思います。

★0歳児(R3.4以降生まれのお子さん)

6/9(木) 10:00～11:00頃まで

★1歳児(R2.4～R3.3生まれのお子さん)

6/7(火) 10:00～11:00頃まで

★2歳児(H31.4～R2.3生まれのお子さん)

6/8(水) 10:00～11:00頃まで

※暑くなりますので帽子や飲み物をお持ちください。

※富士見公園の原っぱに集合です。

※お子さんも大人の方も動きやすく、汚れても良い服装でお越し下さい。

※雨天の場合は中止です。

※状況により予定が変更となる場合は、HPIにてお知らせします。

元気に来てね!  
体調がいつもと違う時や、  
発熱、風邪症状がある時は  
お家で安静にしましょう。



### ステップ4

～お子さんが自分で決めて頂く!!～

決めるのはお子さんにゆだねること。年齢にもよりますが、お子さん自身が疲れていたり眠い場合は自分で決めるのは難いかもしれません。また、自分で決めることに慣れていない場合は「ママが決めて」と言うかも知れません。回数を重ねることによって自分で決められるようになっていきます。上手くいかない事や難しい事もあるかも知れません。それでも、お子さんが自分で決めた時には、あれこれ言わずお子さんの気持ちを尊重してみましょう。

## ♪富士見公園 紙しばい屋さん♪

日時:毎週金曜日 10:00~11:00頃

※富士見公園 所沢市中新井3-23

ニュータウン通り沿いの交番の向かい側です。

場所が分からない方は、9:40にひまわり保育園にお越し下さい。

一緒に行きましょう。雨天の場合は中止です。

※状況により予定が変更となる場合は、HPにてお知らせします。



## ♪6月のお誕生会♪

6/29(水) 10:00~11:00頃

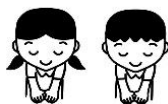
子育て支援室「ひろば」でお誕生日カード作りや身体測定をしましょう。

その後はお誕生日の絵本を見たり、生まれた時の話をしたりしてお祝いしましょう!!予約はいりませんのでどなたでもお越しください。

今まで参加できなかった方も是非どうぞ!

## ひまわりバザー・夏祭りについてのお知らせ

毎年、地域の皆様に多くのご協力を頂き開催をしていました、ひまわりバザー・夏祭りですが、昨年度と同様、新型コロナウイルス感染・拡大防止の為、残念ながら中止とさせていただきます。



## ♪園庭・室内開放のご案内♪

月~金曜日 子育て支援室「ひろば」室内開放 9:00~12:00・14:30~16:30

園庭開放 10:30~12:00・14:30~15:30

土曜日 室内、園庭共に 9:00~14:00

※正面玄関のインターホンを押して頂き、遊びに来た旨をお伝えください。

その後、玄関右側の子育て支援室「ひろば」の入り口からお入り下さい。

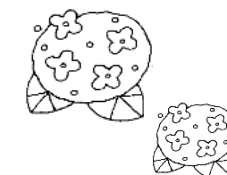
※大人の方は入り口にありますアルコール消毒をお願い致します。

※ご家庭での検温をお願い致します。

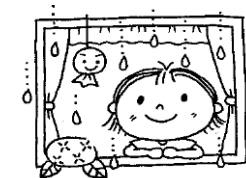
※大人の方はマスクの着用をお願い致します。

※お食事はご遠慮ください。

※帰宅後に具合が悪くなったり体調に変化があった場合は、園にご連絡下さい。



元気に来てね!  
体調がいつもと違う時や、  
発熱、風邪症状がある時は  
お家で安静にしましょう。



## ♪6月の予定♪

|    |   |                    |
|----|---|--------------------|
| 1  | 水 | ★おひさまグループ1歳児 富士見公園 |
| 2  | 木 | ★おひさまグループ2歳児 富士見公園 |
| 3  | 金 | 紙しばい屋さん 富士見公園      |
| 4  | 土 |                    |
| 5  | 日 |                    |
| 6  | 月 |                    |
| 7  | 火 | あそぼう会1歳児 富士見公園     |
| 8  | 水 | あそぼう会2歳児 富士見公園     |
| 9  | 木 | あそぼう会0歳児 富士見公園     |
| 10 | 金 | 紙しばい屋さん 富士見公園      |
| 11 | 土 |                    |
| 12 | 日 |                    |
| 13 | 月 |                    |
| 14 | 火 | ★おひさまグループ0歳児 富士見公園 |
| 15 | 水 | ★おひさまグループ1歳児 富士見公園 |

|    |   |                    |
|----|---|--------------------|
| 16 | 木 | ★おひさまグループ2歳児 富士見公園 |
| 17 | 金 | 紙しばい屋さん 富士見公園      |
| 18 | 土 |                    |
| 19 | 日 |                    |
| 20 | 月 |                    |
| 21 | 火 |                    |
| 22 | 水 | ★離乳食講習会 後期・完了期     |
| 23 | 木 |                    |
| 24 | 金 | 紙しばい屋さん 富士見公園      |
| 25 | 土 |                    |
| 26 | 日 |                    |
| 27 | 月 |                    |
| 28 | 火 | 並木公民館すくすく広場        |
| 29 | 水 | 6月の誕生会             |
| 30 | 木 |                    |

並木公民館に  
予約して下さい。

## ♪離乳食講習会 ~後期・完了期~♪

6/22(水)9:45~11:00頃まで ひまわり保育園子育て支援室「ひろば」にて行います。

- ・かたさや味付け、量はこれでいいの?
- ・今まで食べていたのに急に食べなくなった..なぜ!?
- ・こんなに食べて大丈夫?こんなに食べなくて大丈夫?
- ・手づかみで食べてもいいの?
- ・どうなったら次の段階に進めるの?? などなど..



離乳食には悩みはつきもの。皆さんでお話しながら、実際に調理を見て、楽しく食べて学びましょう。

※3組程度募集です。予約をお願い致します。(電話:2942-8774 月~金 9:30~15:00)

※予約の際に、現在の離乳食の状況や聞いてみたい事があれば教えて下さい。

状況により、予定の変更がある場合は、HPにてお知らせします。

★マークは予約や登録が必要なものです。参加希望の方は、職員までお声がけ下さい。

